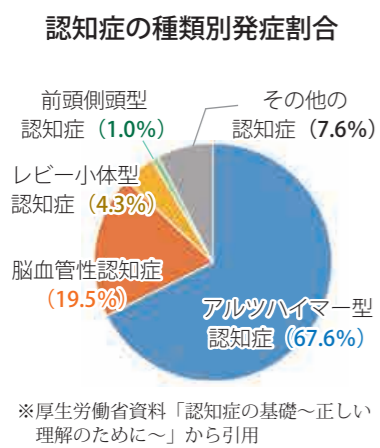


# 認知症専門医に聞きました



**認知症とは**

認知症は認知機能の低下により、「記憶障がい」や、自分がいる場所・日付などが分からなくなる「見当識障がい」を起してしまう病気です。一般的に人間の認知機能は65歳頃から緩やかに低下していきます、機能低下により生活に支障をきたす前に寿命を迎えることが多いですが、これに対し認知症の場合は、より早く認知機能が低下していきます。認知機能の低下に伴い、周辺症状が見られるようになったり、日常生活動作が低下したりすることで、生活に支障が生じてきます。

認知症には様々な発症要因や症状があり、大きくは、男性より女性に多くみられる「アルツハイマー型認知症」、脳卒中が原因で発症する「脳血管性認知症」、手足の震えや、筋肉のこばりなどの症状が出る「レビー小体型認知症」、若年性に多い「前頭側頭型認知症」の4種類に分類されます。

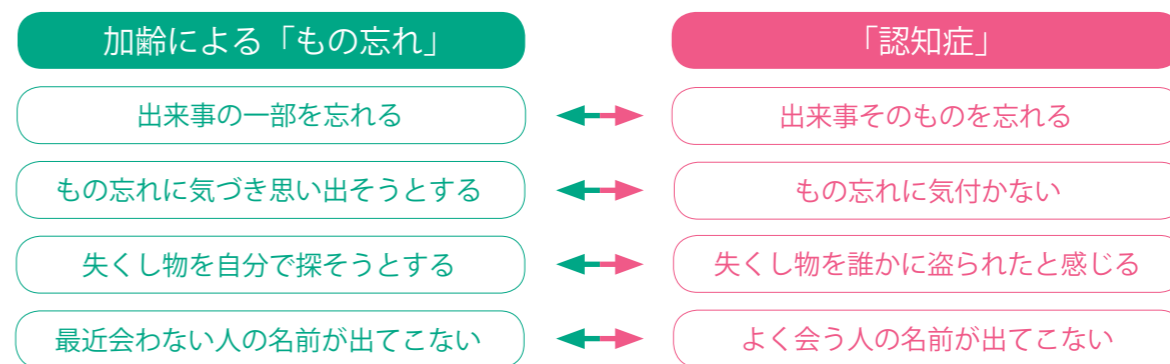
# 心に寄り添う

## 認知症を知る

認知症は誰にでも起こりうる身近な病気です。2025年には65歳以上の約5人に1人が認知症になるといわれ、市内でもその数は増加傾向にあります。

ここでは、市内の現状を知るとともに、介護事業所や専門家、関係機関などの話を通して認知症への理解を深めます。

## 加齢による「もの忘れ」と「認知症」の違い



また、周辺症状も様々です。抑うつや無関心に始まり、幻覚や妄想、不穏といった症状から、徘徊へと段階的に変化し、最終的には寝たきりの状態になります。

**認知症を正しく理解する**

認知症を完治させることはできませんが、薬の服用や脳のトレーニングなどを行うことで、認知機能の低下を遅らせることができます。

また、認知症を患っている方だけでなく、その家族へのサポートも非常に重要です。介護に関する相談の場でもある「オレンジカフェ」などを通じて情報共有を行い、今後の予測をさせてあげること、先が見えず不安になっている家族に光を与えてあげることが出来ます。

認知症を正しく理解してもらうことで、本人と家族が少しでも幸せに過ごせるためにはどうすれば良いか、一緒に考えることが出来るのです。

## 認知症になりやすい人

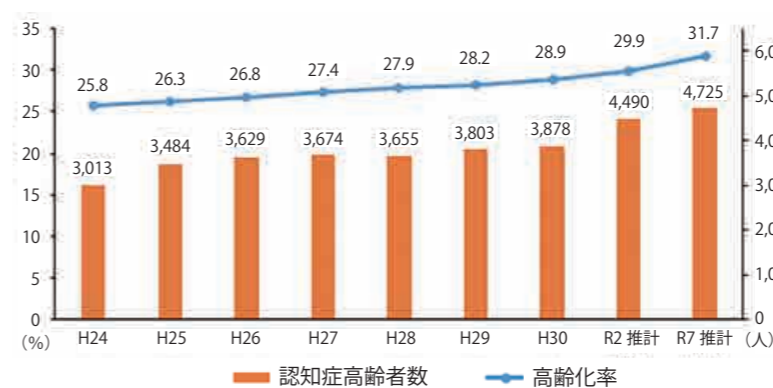
趣味が無い人や家に引きこもりがちの人は、ほかの人に比べて脳への刺激が少なく認知症になりやすいです。糖尿病や高血圧といった生活習慣病を患っている人や、過度なアルコール摂取、たばこを吸う人も認知症になりやすいので気を付けましょう。加えて、違法な薬物には絶対に手を出してはいけません。

## 認知症になる人は増加傾向

市内の65歳以上の高齢者数は、平成31年4月1日現在で29,634人となっており、高齢化率は28.94%です。

また、平成30年10月1日現在で、要介護認定者のうち認知症と診断されているのは3,878人で、年々増加傾向にあり、今後も増加していくと予測されています。

鹿屋市の高齢化率と認知症高齢者の推移



## 行方不明者との関連性

認知症の人は、そうでない人に比べ行方不明になりやすいことがわかっていきます。

平成30年度に市内で発生した高齢者の行方不明者捜索件数は6件で、そのうち認知症高齢者の占める割合は約6割以上に上ります。

また、平成30年度の1件当たりの平均捜索日数は2.75日間となっており、行き先の予測が難しい認知症高齢者の捜索が、いかに困難であるかを示しています。

認知症高齢者が行方不明になった市内での事例

経過	内容
行方不明発生	午前中、同居家族に行き先を告げ外出。夜遅くになっても帰宅しなかったため、家族から警察に捜索願を提出
捜索の開始 (行方不明翌日)	警察から市役所に協力要請。捜索本部が設置され、警察、消防、町内会等による捜索を開始 ※以降3日間に渡り捜索を続ける
行方不明発生から5日後	夕方、近隣住民が発見・保護

## 認知症を予防する

認知症を予防するためには、定期的な健康診断の受診や適度な運動を行うことで健康状態を維持したり、外に出て人と話し脳を活性化させたりすることが大事です。また、運動で下半身を鍛えることは転倒防止に効果が有り、頭部外傷性の認知症予防にもつながります。

## 認知症が疑われるときは

もしも家族や周りの人に認知症が疑われるときは、早めに主治医に相談することが大切です。認知症専門の医師でなくても、医師同士で連携してサポートしますのでご安心ください。主治医がいない場合は、市包括支援センターや近隣の介護事業所などに気軽に相談ください。

# 早めの相談が とても大切です。

鹿屋市認知症サポート医  
鹿屋市地域包括支援センター認知症施策担当理事  
榎林 義寛 医師 (桜ヶ丘病院院長)

